

Hekimin Tükenmişliği Hakkında Anımsanan Bir Kitap ve Tavsiyeler*

A Remembered Book and Recommendations About Physician's Burnout

Çağatay Üstünⁱ, Seçil Özçiftçiⁱⁱ

ⁱProf.Dr. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıp Tarihi ve Etik AD., <https://orcid.org/0000-0001-7834-6616>

ⁱⁱAraş. Gör. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıp Tarihi ve Etik AD., <https://orcid.org/0000-0002-7320-961X>

Sayın Editör;

Mesleki tükenmişlik sosyal ve iş yaşamında karşımıza çıkan önemli sorunlardan bir tanesidir. Bir tür kişisel tükenmişlik olarak da değerlendirilen bu tablo mesleki verimliliği olumsuz etkilemektedir. 1974 yılında Herbert J. Freudenberger ve Sigmund Ginsburg tarafından iki farklı bilimsel makalede tanımlanan tükenmişliğin terim anlamındaki kullanımı ilk kez Freudenberger tarafından yapılmıştır.^{1,2}

Ona göre tükenmişlik; enerji, güç ve kaynaklara aşırı talep üzerine tükenme ve buna maruz kalan kişide yorgunluk, baş ağrısı, mide bağırsak rahatsızlığı, uykusuzluk, kısa nefes alma gibi bedensel belirtiler gösteren bir durumdur.³ İngilizcede “job burnout” ya da “staff burnout” olarak tanımlanan kavram Türkçede “tükenmişlik (tükeniş) sendromu-mesleki tükenmişlik” şeklinde ifade edilmektedir.⁴

Her meslekte olduğu gibi sağlık alanında da tükenmişliğe rastlanmaktadır. Günlük bakılan hasta sayısının çokluğu, yeterli personelin istihdam edilememesi, mesleki yaşam süresinin uzunluğu sebebiyle hekimlerde yaşanan tükenmişlik kaçınılmaz bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.⁵ Özellikle teşhis ve tedavi gibi uygulama pratiği süreçlerinde hizmet veren cerrahi ve dahili tıp alanlarındaki hekimlerde tükenmişliğin daha fazla görüldüğü belirtilmektedir.⁶

Günümüzde daha da belirginleşen tükenmişlik sendromu, eski yüzyıllarda da hekimlerin bir sorunuydu. M.S. X. yüzyılda Urfa’da yaşadığı bilinen hekim Ruhâvî’nin (İshak b. Ali er-Ruhâvî) İslamiyet sonrası dönemi tıbbının tıp deontolojisi eseri Edebü’l-tabîb (Adab al-Tabib)’da bahsedilen duruma o çağın gereklerine göre atıf yapıldığı fark edilmektedir. Buna değinen ve Sadeghi S. ve arkadaşlarının hazırlamış olduğu makalede konu ile ilgili birtakım tespitleri olmuştur.⁷ Bu makalede incelenen Ruhâvî’nin eserinin hekimin ruhsal durumuna, bedenine, çalışma yöntemine yönelik öğütler stres yönetimine ilişkin becerilerin kazanılmasında yol gösterici olabileceği belirtilmektedir. Hekimin tükenmişlikten uzak kalması için Ruhâvî’nin öğütleri arasında yer alan bazı tavsiyeleri şöyle sıralamak mümkündür: Hekim, ruhunu dinlendirmesini bilmeli, neşesini kaybetmeyecek yöntemleri bulmalı, aç ve susuz kalmamalı, hoş koku kullanmalıdır. Bu sayede duyuları bulanıklaşmaz, açık görüşlü ve tavsiyesi net bir hale gelir. Eğer bunları yapmazsa motivasyonunu kaybeder, tıbbi konuları içeren eserleri takip etmekte zorlanır. Böyle bir hekim sağlık sistemi ve hastalar için tehlikelidir. Hekimin açgözlülük gerilimini azaltması bakımından maddi kaygısı olmamalıdır. Aksi halde başka işlere yönelir ve böylece bilgi ve beceriden yoksun hale gelir. Hekim, bir günlük zamanını kendi ihtiyaçlarına ve uygulamasına göre bölmesini bilmelidir. Yöneticinin (kralın) ve diğer herkesin hekimin ve onun sanatının değerini bilmesi, onu onurlandırması, saygı göstermesi gerekir. Ona sevmediği bir şekilde davranmamalı, onu küçük düşürmemeli, kıskanmamalı ve haksız yere suçlamamalıdır. Ruhâvî’nin tavsiyeleri böylece devam ediyor.

* *Lokman Hekim Dergisi*, 2021; 11 (2): 193-194

e-ISSN: 1309-8004, ISSN 1309-761X

Geliş Tarihi – Received: 08 Şubat 2021; Kabul Tarihi - Accepted: 22 Mart 2021

İletişim - Correspondence Author: Seçil Özçiftçi <ozciftcisevil@gmail.com>

Bu tavsiyelerin hekimliğin manevi pratiğine yeniden uyarlanarak referans alınmasının hekim tükenmişliğinin çözümüne katkı sağlayacağına inanıyoruz.

Sonuç olarak, tükenmişliğin hekimlerdeki olumsuz etkisinin azaltılması, buna uygun yeni çözümler üretilmesi için geçmiş dönemlere ait bu tür çalışmalara ve bakış açılarına ihtiyaç vardır. Bu anlamda Ruhâvî'nin önerilerinin değerli olduğunu ve Edebü't-tabîb (Adab al-Tabib) isimli kitabının kaynak bir eser anlamında tıp öğrencileriyle paylaşılmasının katkı sağlayacağını düşünüyoruz.

Araştırmacı Katkı Oranı Beyanı

Çağatay Üstün: Fikir/Kavram, denetleme/danışmanlık, kaynak taraması, makalenin yazımı, eleştirel inceleme.

Seçil Özçiftçi: Fikir/Kavram, kaynak taraması, makalenin yazımı, eleştirel inceleme.

Kaynaklar

1. Freudenberger HJ. Staff burnout. Journal of Social Issues 1974; 30: 159–165.
2. Ginsburg S. The problem of the burned-out executive. Personnel Journal 1974; 48: 598-600.
3. Linda V, Heinemann LV, Heinemann T. Burnout Research: Emergence and Scientific Investigation of a Contested Diagnosis. Sage Open January-March 2017: 1–12.
4. Arı GS, Bal EÇ. Tükenmişlik Kavramı: Birey ve Örgütler Açısından Önemi. Yönetim ve Ekonomi 2008; 15(1): 131-148.
5. Can H, Güçlü YA, Doğan S, Erkalı MB. Cerrahi ve cerrahi dışı kliniklerdeki asistan hekimlerde tükenmişlik sendromu. Tepecik Eğitim Hast Dergisi 2010; 20 (1): 33-40.
6. Algül R, ve ark. Cerrahi ve dahili branş hekimlerinde tükenmişlik düzeyini etkileyen değişkenler ve tükenmişliğin işe bağlılık ve örgütsel bağlılık ile ilişkisi. Klinik Psikiyatri 2016; 19: 176-184.
7. Sadeghi S, et al. Physician burnout, a new term, a well-known concept in the medieval era: A thematic review of Ruhawî's Adab al-Tabib. Irish Journal of Psychological Medicine. 2019; 1-8.